Den Schülerinnen der Koch- und Hauswirtschafts-schulen gewidmet von der MAGGI-Gesellschaft mbH, Singen am Hohentwiel, verbunden mit freundlichen Grüßen von

MAGGI Fridolin



Kochrezepte

Die Rezepte von den Tanten,
aus der Zeitung, von Bekannten,
die im Laufe langer Zeit
man gesammelt hat bis heut,
liegen meist herum im Kasten,
wo sie dann im Jagen, Hasten
schließlich mal verlorengehn.

Und das sollte nicht geschehn!

Diese kleine Mappe hier
ist das richtige Quartier
für Rezepte, die von Wert
und von Hausfrauen begehrt.

Hier sind sie nun jederzeit –
Tag für Tag – zum Dienst bereit!



Kohlrabi einmal anders

Kohlrabi gibt es nahezu das ganze Jahr über; denn sie kommen bald im Frühling und lagern in ihrer winterlichen Spätform bis lange nach Weihnachten. Natürlich sind die zarten, jungen Knollen am besten; wenn man sie aber richtig zuzubereiten weiß, dann sind auch die älteren nicht zu verachten. Die großen Knollen werden zweckmäßig in einem Dampftopf weich gekocht. Man schält sie und entfernt dabei sorgfältig alle holzigen Stellen, denn diese sind selbstverständlich kein Genuß.

Gefüllte Kohlrabi

Zutaten:
4–5 mittelgroße Kohlrabiknollen
100 g Speck oder Rauchfleisch
1 Zwiebel
2–3 Eßlöffel Brösel
2–3 Eßlöffel Tomatenmark
½ Teelöffel MAGGI's Würze
Fett
Zitrone
Petersilie
Gewürze
Salz

Die Kohlrabi schälen, köpfen, aushöhlen und samt Deckel in Salzwasser gut weich kochen, dann abtropfen. Die Zwiebel hacken, in Fett andünsten; den feingewiegten Speck, Brösel, Tomatenmark, Zitronenschale, gehackte Petersilie, MAGGI's Würze, Salz und etwas Paprika mischen. Das feingehackte Kohlrabi-Innere dazugeben, alles in die Kohlrabi einfüllen und die Deckel aufsetzen. Die Kohlrabi in eine gefettete feuerfeste Form geben, mit etwas Brühe übergießen, mit Bröseln überstreuen und goldbraun backen.

Überbackene Kohlrabi

Zutaten:
3–4 mittelgroße Kohlrabiknollen
1 Eßlöffel Mehl
1 Eßlöffel Fett
1 Tasse Milch
2–3 Eßlöffel geriebener Käse
etwas MAGGI's Gekörnte Brühe
Gewürze
Salz

Die Kohlrabi schälen, in Salzwasser weich kochen und in Scheiben schneiden. Von Fett und Mehl eine weiße Schwitze bereiten, mit etwas Kohlrabiwasser und der Milch aufgießen, mit MAGGI's Gekörnter Brühe, Salz, Muskat und ganz wenig Pfeffer würzen. Die Kohlrabischeiben in eine feuerfeste Form einschichten, mit der Soße aufgießen, mit dem Käse überstreuen und in der Röhre goldbraun überbacken.

Feinschmecker-Kohlrabi

Zutaten:
5–7 junge Kohlrabi
100 g Hartkäse
1 Eßlöffel Mehl
1 Eßlöffel Fett
½ Teelöffel MAGGI's Gekörnte Brühe
Petersilie
Zitronensaft
Milch
Gewürze
Salz

Die Kohlrabi weich kochen, schälen und röhrenförmig aushöhlen, damit man einen dicken Stift Hartkäse hineinstecken kann. Während sie in der Röhre gut durchgehitzt werden, so daß der Käse schmilzt, aus Fett und Mehl, etwas Kohlrabiwasser und Milch eine weiße Soße bereiten, die mit gehackter Petersilie, den gehackten Herzblättchen der Kohlrabi, MAGGI's Gekörnter Brühe, Salz, etwas Zitronensaft und Muskat pikant abgeschmeckt wird. Diese Soße über die angerichteten Kohlrabi gießen.

Spargel-Kohlrabi

Zutaten:

4–5 große Kohlrabi
1 Eßlöffel Fett
1 Eßlöffel Mehl
1 Glas Weißwein oder
1 Zitrone
1 Tasse Milch
½ Teelöffel MAGGI's Würze
Petersilie
Gewürze, Salz
1 Prise Zucker

Die Kohlrabi kochen, schälen und in möglichst dicke Stifte schneiden. An den Ecken etwas abrunden. Aus Mehl und Fett eine weiße Schwitze bereiten, mit Milch aufgießen und mit etwas Weißwein oder Zitronensaft, MAGGI's Würze, Salz, einer kleinen Prise Zucker und wenig Muskat sehr pikant abschmecken. In dieser Soße die Kohlrabistückchen noch eine Weile ziehen lassen und zuletzt mit Petersilie bestreuen.

Braune Kohlrabi

Zutaten:

3–4 mittelgroße Kohlrabi
1 Eßlöffel Fett
1 Teelöffel Zucker
1 Würfel MAGGI's Bratensoße
Thymian
Gewürze, Salz, Zucker

Die rohen Kohlrabi schälen und in mittelgroße Würfel schneiden. Den Zucker in Fett bräunen, mit etwas Wasser aufgießen, die Kohlrabi hinzufügen, leicht salzen und weich schmoren. 1 Würfel MAGGI's Bratensoße anrühren, an das Gemüse geben und zum Schluß mit Thymian, einer kleinen Spur Zucker und nach Belieben noch mit etwas saurer Sahne pikant abschmecken.

Gefüllte Kohlrabi in Salbeisoße

Zutaten:

4–5 mittelgroße Kohlrabi
2 frische Leberwürste (100–150 g)
2–3 Eßlöffel Semmelbrösel
1 Eßlöffel Fett
1 Eßlöffel Mehl
Majoran
Zwiebel
2 Salbeiblätter
Petersilie
½ Teelöffel MAGGI's Gekörnte Brühe
Gewürze, Salz

Die Kohlrabi weich kochen, schälen und aushöhlen. Die gehackte Zwiebel in Fett andünsten, den Inhalt der Würste, reichlich Majoran, die Brösel und wenn nötig noch etwas Salz dazugeben und diese Masse in die Kohlrabi füllen, noch kurz überbacken. Inzwischen aus Fett und Mehl eine weiße Schwitze bereiten, mit gekochten und gehackten Herzblättchen oder reichlich Petersilie, den feingehackten Salbeiblättern und MAGGI's Gekörnter Brühe sowie Salz abschmecken. Die Soße über die Kohlrabi gießen.

Roher Kohlrabi-Salat

Zutaten:

1–2 mittelgroße Kohlrabi
1 Apfel
2–3 Eßlöffel Mayonnaise
10 Tropfen MAGGI's Würze
etwas Sellerie
Petersilie
Salat oder Kresse
Gewürze, Salz

Die möglichst zarten rohen Kohlrabi schälen und mit dem Apfel fein reiben, ein wenig geriebenen rohen Sellerie, die Mayonnaise, die gehackte Petersilie, MAGGI's Würze, Salz und notfalls noch ein wenig Zitronensaft dazugeben. Den Salat schön anrichten und mit einem Kranz von grünem Salat oder Kresse umgeben.



K 27 | KOCHSCHUL-REZEPT

MAGGI G. M. B. H. · SINGEN (HOHENTWIEL)



Pikante kalte Soßen

Seien wir ehrlich: Wir lesen oft und auch gerne von irgendwelchen neuartigen Soßen und können uns ihren Reiz recht gut vorstellen. In Wirklichkeit aber bleiben wir am alten kleben und kommen uns schon originell und großartig vor, wenn es nur einmal Mayonnaise gibt. Dabei kann so ein leckeres Sößchen das einfachste Abendbrot elegant verfeinern, ohne daß viel Aufwand an Mühe oder Geld nötig wäre. Darum versuchen wir wirklich einmal die nachstehenden Rezepte!

Schaum-Soße

Zutaten:

2 Eßlöffel Tomatenmark
1 Eiweiß
1 Eßlöffel Himbeersaft
Salz, 1 Prise Zucker
2 Eßlöffel Rotwein oder Most
1 Eßlöffel Öl
½ Teelöffel MAGGI's Würze
Gewürze

Zuerst das Eiweiß steif schlagen; unter Weiterschlagen die übrigen Zutaten sowie etwas Salz, Paprika, eine kleine Prise Zucker und Ingwer darunter geben und dann die Schaumsoße möglichst rasch servieren. Sie paßt ausgezeichnet zu Sülzen, zu kalten Platten und auch zu Bratkartoffeln und dergleichen.

Tomaten-Pilz-Soße

Zutaten:

1 Tasse Tomatenmark
1 Tasse gewiegte Pilze
2–3 Eßlöffel Öl
Zitrone
Zwiebel
etwas MAGGI's Gekörnte Brühe
Kräuter
Gewürze, Salz, Zucker
evtl. MAGGI's Würze

Beliebige feingewiegte Pilze mit etwas gewiegter Zwiebel in Öl anschmoren. Tomatenmark, Zitronensaft, MAGGI's Gekörnte Brühe, feingehackte frische Kräuter, etwas Salz, eine kleine Prise Zucker und ein wenig Paprika darunter geben. Die noch kurz durchgekochte — nach Belieben mit MAGGI's Würze abgeschmeckte — Soße kaltstellen.

Senf-Sahnen-Soße

Zutaten:

2 Eßlöffel Senf
4 Eßlöffel dicke süße Sahne oder Dosenmilch
½ Apfel
1 Teelöffel Meerrettich
Zitrone
½ Teelöffel MAGGI's Würze
Gewürze, Salz, Zucker

Zuerst Apfel und Meerrettich fein reiben, etwas geriebene Zitronenschale, Zitronensaft, die Sahne oder Dosenmilch, MAGGI's Würze und je eine Prise Salz, Pfeffer, Muskat, den Senf und Zucker hinzugeben. Die gut durchgerührte Soße soll sehr kalt serviert werden. Sie paßt zu Kartoffelspeisen, kaltem Braten, Schinken, Sülzen usw.

Spanische Soße

Zutaten:

2 Eßlöffel geriebener Meerrettich
2 Eßlöffel Johannisbeergelee
2 Eßlöffel Rotwein oder Most
Gewürze, Salz
2 Eßlöffel kalte weiße Soße aus: 1 gestr. Eßlöffel Fett, 1 gestr. Eßlöffel Mehl, aufgefüllt mit Brühe, aus ½ Teelöffel MAGGI's Gekörnter Brühe in ¼ Tasse Wasser aufgelöst

Den geriebenen Meerrettich mit der kalten weißen Schwitze gut verrühren, das leicht erwärmte Johannisbeergelee, den Rotwein oder Most, ein wenig Salz, Pfeffer, eine Prise Curry und nach Belieben noch gehackte Zitronenmelisse hinzufügen. Diese Soße paßt zu Wild, zu Würsten wie auch zu gesülzten Speisen und zu Schinken.

Paprika-Soße

Zutaten:
2–3 rote Paprikaschoten
1 Eßlöffel weiße Soße oder Mayonnaise
½ Teelöffel MAGGI's Gekörnte Brühe
½ Teelöffel MAGGI's Würze
½ Zitrone
etwas Zwiebel
Fett
Gewürze, Zucker, Salz

Die möglichst fleischigen roten Paprikaschoten sorgfältig von den Kernen befreien, innen anbrühen und in Scheibchen schneiden. Mit der gehackten Zwiebel in etwas Fett und Wasser weich schmoren, MAGGI's Gekörnte Brühe zufügen und durch ein Sieb drücken. Diesen Brei mit dicker weißer Soße oder Mayonnaise mischen und mit Zitronensaft, MAGGI's Würze, Salz, einer kleinen Prise Zucker, einer Spur Nelken, etwas Curry, Paprika und Pfeffer sehr pikant abschmecken. Die Soße paßt zu Reisgerichten, aber auch zu Salat und zu kaltem Braten.

Wacholder-Soße

Zutaten:
4–5 Wacholderbeeren
1 Gläschen Weinbrand
3 Eßlöffel geriebenes Schwarzbrot
1 Eßlöffel geriebener Pumpernickel
2 Eidotter
1 Eßlöffel Öl
2 Eßlöffel Rotwein oder Johannisbeersaft
etwas Zwiebel
Zitrone
½ Teelöffel MAGGI's Würze
Salz
Zucker
Gewürze

Die Wacholderbeeren entweder im Mörser zerquetschen oder ganz klein wiegen, dann in einem Gläschen Weinbrand zugedeckt ½–1 Stunde ziehen lassen. An ein Gemisch aus geriebenem Brot und Pumpernickel die Dotter, das Öl, den Rotwein oder Saft, den abgesiebten Weinbrand, geriebene Zwiebel, MAGGI's Würze, Zitronensaft, Salz, eine Spur gemahlenen Ingwer, Zucker und Muskat geben. Die Soße soll stark nach den Wacholderbeeren schmecken; sie paßt zu Wild, kaltem Schweinebraten und zu Rauchfleisch.

Apfel-Senf-Soße

Zutaten:
2 Äpfel
2 Eßlöffel saure Sahne
2 Eßlöffel Senf
6–8 Tropfen MAGGI's Würze
etwas Zwiebel
Zitrone
Zucker
Salz, Gewürze

Die Äpfel schälen, entkernen und fein reiben. Den Senf, die Sahne, die feingeriebene Zwiebel, etwas Schale und Saft der Zitrone, MAGGI's Würze, eine kleine Prise Zucker, Salz, ein wenig Pfeffer und eine Prise gemahlenen Ingwer dazugeben. Die gut durchgemischte Soße kalt stellen. Sie paßt zu kaltem Braten, insbesondere zu Schweinefleisch, Geflügel, auch zu kleinen Leckerbissen.

Tartaren-Soße

Zutaten:
2 große Zwiebeln
2 Eier
1 Stückchen Meerrettich
½ Apfel
½ Teelöffel MAGGI's Würze
½ Teelöffel MAGGI's Gekörnte Brühe
Zitronensaft
3 Eßlöffel dicke, weiße Soße oder Mayonnaise
Schnittlauch
Salz, Essig
Zucker
Gewürze

Die grobgehackten Zwiebeln in wenig Essigwasser, dem ½ Teelöffel MAGGI's Gekörnte Brühe zugesetzt wird, weich dünsten und mit den hartgekochten, gehackten Eiern durch ein Sieb drücken. Den feingeriebenen Meerrettich, den geriebenen Apfel, die Soße oder Mayonnaise dazugeben und pikant mit Salz, einer kleinen Spur Zucker, nach Belieben noch etwas Zitronensaft und MAGGI's Würze, Schnittlauch und Muskat würzen. Die Soße paßt zu kaltem Geflügel oder Schweinebraten, zu Sülzen, zu Fisch und zu Heringsgerichten.



K 26	KOCHSCHUL-REZEPT



Gurken nicht nur als Salat

Wenn im Sommer die Haupternte der Gurken und der Preis günstig ist, dann soll man dieses erfrischende Gemüse viel mehr auf den Tisch bringen, und zwar nicht nur immer als Salat. Am besten eignen sich hierfür Gurken mit kleinem Kernhaus und viel Fleisch; gelbe, welke oder gar schon weiche Exemplare sind nicht empfehlenswert. Man kann aber noch Gemüse daraus bereiten, wenn sie nicht bitter sind. — Für Gartenbesitzer diene im übrigen der Hinweis, daß solche Bitternis vom Wassermangel kommt.

Buntes Gurkengemüse

Zutaten:

1 große Gurke
2–3 Tomaten
2–3 Paprikaschoten
1 Zwiebel
1 Eßlöffel Fett
100 g Reis
½ Teelöffel MAGGI's Gekörnte Brühe
Paprika
Kräuter
Salz

Die Gurke schälen, entkernen und in gefällige Würfel schneiden. Die gehackte Zwiebel mit etwas Fett und den entkernten und in Streifen geschnittenen Paprikaschoten kurz durchschmoren, die Gurke und die in Würfel geschnittenen Tomaten hinzufügen. Wenn alles weich ist, den weichgekochten und abgetropften Reis, MAGGI's Gekörnte Brühe, Salz, ein wenig Paprika und frische Kräuter an das Gemüse geben. Nach Belieben noch etwas aufgießen.

Gurken in Dillsoße

Zutaten:

1 große Gurke
1 Eßlöffel Fett
1 Eßlöffel Mehl
1 Büschel Dill
½ Teelöffel MAGGI's Gekörnte Brühe
Zitrone
Essig
Salz
MAGGI's Würze

Die geschälte und entkernte Gurke in längliche Stücke schneiden, knapp bedeckt in Essig-Salzwasser kurz marinieren und abtropfen. Aus Fett und Mehl eine weiße Schwitze bereiten, mit Brühe aus MAGGI's Gekörnter Brühe (1 gehäufter Teelöffel ergibt ¼ Liter Brühe) und dem Gurkenwasser aufgießen, dann mit Zitronensaft, etwas Salz und gehacktem Dill abschmecken. Die Gurken in dieser etwas dicklich bereiteten Soße kurz kochen und nach Belieben noch etliche Tropfen MAGGI's Würze hinzufügen.

Gurken in Kapernsoße

Zutaten:

1–2 Gurken
75 g Speck
½ Zwiebel
1 Eßlöffel Kapern
1 Eßlöffel Mehl
½ Teelöffel MAGGI's Gekörnte Brühe
Zucker
Salz
Petersilie
Zitrone oder Essig
Buttermilch oder saure Sahne

1–2 Gurken schälen, entkernen und in Würfel oder Schnitze teilen. 75 g feingewürfelten Speck mit der gehackten Zwiebel kurz anschwitzen und das Mehl hinzufügen. Wenn es gelblich angelaufen ist, mit Wasser aufgießen und die Gurken, Kapern, Salz, eine kleine Prise Zucker, Zitronensaft oder Essig, MAGGI's Gekörnte Brühe und die gehackte Petersilie darangeben. Besonders gut schmeckt das Gericht bei Zugabe von 1–2 Eßlöffeln Buttermilch oder saurer Sahne.

Gurkenmännchen

Zutaten:

- 1–2 Schlangengurken
- 125 g Leber
- 2–3 Eßlöffel Brösel
- 1 Ei
- 1 Zwiebel
- ½ Teelöffel MAGGI's Würze
- saure Sahne
- Majoran
- Salz
- Fett

Die Gurken schälen und in etwa 5 cm lange Stücke schneiden; diese aufrechtstellen und gut bis zur Hälfte aushöhlen. Die feingehackte Zwiebel in Fett hell anschwitzen und die durchgetriebene Leber hinzugeben. Wenn sie nicht mehr blutig, also gar ist, Brösel, Ei, MAGGI's Würze, etwas Salz und Majoran hinzufügen und diese Masse in die Gurken einfüllen. Sie werden mit dicker saurer Sahne übergossen und in der Röhre etwa 25 Minuten durchgeschmort.

Gurkenragout

Zutaten:

- 1 große Gurke
- 2 Senfgurkenschnitze
- 1 Teelöffel Zucker
- 1–2 Würfel MAGGI's Bratensoße
- MAGGI's Würze
- 1 Apfel
- Essig
- Dill
- 1 Lorbeerblatt
- Zucker
- Salz

Die Gurken schälen, entkernen und mit den Senfgurken gleichmäßig klein schneiden. Die nach Vorschrift zubereitete MAGGI's Bratensoße herzhaft mit Essig, wenig Zucker, einem Lorbeerblatt und 1 fein aufgerissenen Apfel, Salz und etwas Dill abschmecken. Das Ragout etwa 15 Minuten durchkochen lassen und dann nochmals frischen Dill darüber streuen. Vor dem Anrichten einige Tropfen MAGGI's Würze hinzugeben und das Lorbeerblatt entfernen.

Gefüllte Gurken I

Zutaten:

- 3–4 handlange Gurken
- 125 g Hackfleisch
- 2–3 Tomaten
- 4 Eßlöffel Brösel
- 1 Eßlöffel Fett
- 1 Ei
- ½ Zwiebel
- ½ Teelöffel MAGGI's Würze
- Petersilie
- Zitrone, Gewürze, Salz
- evtl. 1 Würfel MAGGI's Bratensoße
- etwas Sahne

Nicht zu große Gurken schälen, der Länge nach durchschneiden und leicht aushöhlen. Die feingehackte Zwiebel mit dem Fett andünsten, die kleingehackten Tomaten, die Brösel, das Ei, das Hackfleisch, die geriebene Zitronenschale, MAGGI's Würze, Salz und Petersilie sowie ein wenig gewiegten Kümmel hinzugeben und in die Gurken einfüllen. Die zweite Hälfte darauf legen und schräg gegeneinander mit Zahnstochern feststecken. Die Gurken werden anfangs zugedeckt und später offen in der Röhre etwa 30 Minuten goldbraun geschmort. Dazu paßt sehr gut eine Sahnensoße aus einem Würfel MAGGI's Bratensoße unter Zugabe von 1–2 Eßlöffeln Sahne oder Dosenmilch.

Gefüllte Gurken II

Zutaten:

- 1 Schlangengurke
- 2–3 kleinere Gurken
- 250 g Quark
- 1 Eßlöffel Meerrettich
- ½ Tasse Tomatenmark
- 1–2 Eßlöffel Senf
- 1 Teelöffel Anchovispaste
- Zitrone
- Schnittlauch
- ½ Teelöffel MAGGI's Würze
- Salz
- etwas Zucker

Die Gurken schälen, entkernen und in gefällige Stücke schneiden. Den Quark mit den obengenannten Zutaten würzen und erhaben auf die Gurken füllen. Diese werden zum Schluß mit Tomatenstückchen oder Essiggurken und Schnittlauch auf einer Platte angerichtet.



K 28	KOCHSCHUL-REZEPT

MAGGI G.M.B.H. · SINGEN (HOHENTWIEL)



MAGGI *Fridolin*

der freundliche Helfer der Hausfrau

wünscht guten Appetit!

806 454